సాక్షి
కుమురం భీం

శనివారం । 27 । సెప్టెంబర్ । 2025



పుట్టింటికి ఆడబిడ్డలు
యువతులు, మహిళలకు బతుకమ్మ పండుగ ఎంతో ప్రత్యేకమైనది. వృత్తి, ఉద్యోగాల రీత్యా దూర ప్రాంతాల్లో ఉంటున్నవారు పండుగ కోసం సొంతూళ్లకు వస్తున్నారు. IIలో▸



దుర్గమ్మకు ఘనంగా పూజలు
జిల్లాలో శరన్నవరాత్రి ఉత్సవాలు కొనసాగుతున్నాయి. శుక్రవారం దుర్గమ్మకు భక్తులు ప్రత్యేక పూజలు చేశారు. మహిళలు కుంకుమ పూజలు నిర్వహించారు. IIIలో▸

వాతావరణం
గరిష్టం/కనిష్టం
27.7 /25.6
ఆకాశం పూర్తిగా మేఘావృతమై ఉంటుంది. ఉష్ణోగ్రతలు స్వల్పంగా తగ్గుతాయి. అల్పపీడన ప్రభావంతో జిల్లా అంతటా మోస్తరు వానలు కురిసే అవకాశం ఉంది.

న్యూస్‌రీల్

అక్రిడిటేషన్ల గడువు పొడిగింపు
ఆసిఫాబాద్‌: జిల్లాలోని జర్నలిస్టుల అక్రిడిటేషన్ గడువు డిసెంబర్ 31 వరకు మరో మూడు నెలలు పొడిగించినట్లు డీపీఆర్‌వో సంపత్‌కుమార్ శుక్రవారం ఒక ప్రకటనలో తెలిపారు. జర్నలిస్టులు తమ కార్డులను రెన్యువల్ చేయించుకోవాలని సూచించారు.

సద్దుల బతుకమ్మ ఏర్పాట్లు పరిశీలన
కాగజ్‌నగర్‌టౌన్‌: పట్టణంలోని ఎస్పీఎం క్రికెట్ గ్రౌండ్‌లో సద్దుల బతుకమ్మ ఏర్పాట్లను శుక్రవారం ఎమ్మెల్యే పాల్వాయి హరీశ్‌బాబు మున్సిపల్ కమిషనర్ రాజేందర్‌తో కలిసి పరిశీలించారు. ఈ నెల 29న నిర్వహించే సద్దుల బతుకమ్మ సంబురాలకు వచ్చే మహిళలకు ఎలాంటి ఇబ్బందులు లేకుండా జాగ్రత్తలు తీసుకోవాలని సూచించారు. సంబురాల్లో పెద్దఎత్తున మహిళలు పాల్గొనాలని పిలుపునిచ్చారు. కార్యక్రమంలో మున్సిపల్ డీఈ రమాదేవి, మాజీ కౌన్సిలర్ సిద్దం శ్రీనివాస్, శివగౌడ్, నాయకులు అశోక్, అరుణ్‌లోయ, లక్ష్మణ్, సంతోష్, సాయి, బాబురావు, ఎస్పీఎం అధికారులు పాల్గొన్నారు.

తొలిరోజు దరఖాస్తులు నిల్
ఆసిఫాబాద్‌: మద్యం టెండర్ల ప్రక్రియలో భాగంగా తొలిరోజు శుక్రవారం జిల్లాలో దరఖాస్తులు రాలేదు. ఆసక్తి గల వారు జిల్లా కేంద్రంలోని ఎక్సైజ్ కార్యాలయంలో సమర్పించాలని జిల్లా ఎక్సైజ్‌శాఖ అధికారి జ్యోతికిరణ్ సూచించారు.

ఎమ్మెల్సీని కలిసిన డీఏవో
కాగజ్‌నగర్‌టౌన్‌: పట్టణంలో శుక్రవారం ఎమ్మెల్సీ దండె విఠల్‌ను జిల్లా వ్యవసాయాధికారి వెంకట్ మర్యాదపూర్వకంగా కలిశారు. ఎమ్మెల్సీ మాట్లాడుతూ జిల్లాలో రైతులకు ఇబ్బందులు కలగకుండా చూడాలని, వ్యవసాయాధికారులు సమన్వయంతో పని చేయాలని సూచించారు. యూరియా కొరత ఏర్పడితే ముందస్తుగా రైతులకు సమాచారం అందించాలన్నారు. అనుమతులు లేకుండా యూరియా పంపిణీ చేయకూడదని సూచించారు. ఏడీఏ మనోహర్, కాగజ్‌నగర్ ఏవో రామకృష్ణ, సిబ్బంది ఉన్నారు.

రాష్ట్ర అభివృద్ధే ప్రభుత్వ ధ్యేయం



పుస్తకం ఆవిష్కరిస్తున్న కాంగ్రెస్ నాయకులు

ఆసిఫాబాద్‌అర్బన్‌: తెలంగాణ రాష్ట్ర అభివృద్ధే ప్రభుత్వ లక్ష్యమని డీసీసీ అధ్యక్షుడు విశ్వప్రసాదరావు అన్నారు. జిల్లా కేంద్రంలోని పార్టీ కార్యాలయంలో శుక్రవారం తెలంగాణ రైజింగ్- 2047 పుస్తకాన్ని మాజీ ఎమ్మెల్యే ఆత్రం సక్కు, నాయకులతో కలిసి ఆవిష్కరించారు. ఆయన మాట్లాడుతూ కాంగ్రెస్ ప్రభుత్వం రెండేళ్లలో చేసిన అభివృద్ధిని ప్రజల కళ్లకు కట్టే విధంగా ప్రగతి నివేదికలు రూపొందించామని తెలిపారు. బీఆర్‌ఎస్, బీజేపీలు గోరంత పనిచేసి, సోషల్ మీడియాలో కొండంత ప్రచారం చేసుకుంటున్నాయని అన్నారు. కార్యక్రమంలో మాజీ ఎంపీపీ బాలేశ్వర్‌గౌడ్, మండల అధ్యక్షుడు చరణ్, నాయకులు రమేశ్, మునీర్, శివప్రసాద్, బలరాంనాయక్, ఖయ్యూమ్ తదితరులు పాల్గొన్నారు.

ఆసిఫాబాద్ మున్సిపాలిటీకి రూ.15కోట్లు
ఆసిఫాబాద్‌: నూతన ఏర్పడిన ఆసిఫాబాద్ మున్సిపాలిటీ అభివృద్ధికి ప్రభుత్వం రూ.15 కోట్ల నిధులు మంజూరు చేసినట్లు డీసీసీ అధ్యక్షుడు విశ్వప్రసాదరావు తెలిపారు. ఈ నిధులతో మున్సిపాలిటీ పరిధిలోని 20 వార్డుల్లో సీసీ రోడ్లు, డ్రెయినేజీలు నిర్మించనున్నట్లు పేర్కొన్నారు.

పర్యావరణ పరిరక్షణకు కృషి



పోస్టర్ ఆవిష్కరిస్తున్న అదనపు కలెక్టర్

ఆసిఫాబాద్/ఆసిఫాబాద్‌రూరల్‌: పర్యావరణ పరిరక్షణకు కృషి చేయాలని అదనపు కలెక్టర్ దీపక్ తివారి అన్నారు. జిల్లా కేంద్రంలోని కలెక్టరేట్‌లో శుక్రవారం ప్రపంచ పర్యావరణ ఆరోగ్య దినోత్సవం పోస్టర్‌ను ఆవిష్కరించారు. అదనపు కలెక్టర్ మాట్లాడుతూ పర్యావరణ పరిరక్షణ అందరి బాధ్యత అని అన్నారు. ప్రపంచ పర్యావరణ ఆరోగ్య దినోత్సవం సందర్భంగా శుభ్రమైన గాలి, ఆరోగ్యవంతమైన ప్రజలు అనే నినాదంతో చర్యలు తీసుకుంటున్నట్లు తెలిపారు. విద్యార్థులు చిన్నతనం నుంచే సమతుల్య వాతావరణాన్ని సృష్టించడంలో తమ వంతు పాత్ర పోషించాలని సూచించారు. కార్యక్రమంలో పర్యావరణ విద్య అంబాసిడర్, జాతీయ హరితదళం జిల్లా సమన్వయకర్త మధుకర్, మెప్మా అధికారి మోతీరాం, సిబ్బంది పాల్గొన్నారు.

లింగాపూర్‌లో అవగాహన కల్పిస్తున్న కేంద్ర ప్రభుత్వ పరిశీలకుడు జితేంద్రసింగ్



అభివృద్ధి బాటకు
ఆది కర్మయోగి

- గిరిజనులకు వరంగా కార్యక్రమం
- జిల్లాలోని 12 మండలాల్లో 102 గ్రామాలు ఎంపిక
- సంక్షేమ పథకాల అమలు, సౌకర్యాల కల్పనే ధ్యేయం

కెరమెరి(ఆసిఫాబాద్‌): గిరిజన గ్రామాల అభివృద్ధే లక్ష్యంగా కేంద్ర ప్రభుత్వం ఆది కర్మయోగి అభియాన్ అమలు చేస్తోంది. జిల్లాలో మండలాల వారీగా గ్రామాలను ఎంపిక చేసి కార్యాచరణ సిద్ధం చేశారు. ఆయా గ్రామాల్లో ప్రత్యేక టీంలు నిర్వహిస్తున్న అవగాహన కార్యక్రమాలు శుక్రవారంతో ముగిశాయి. వికసిత్ భారత్ సాధనే ధ్యేయంగా కేంద్ర ప్రభుత్వం గిరిజన ప్రాంతాల్లో సౌకర్యాల కల్పనకు ఆది కర్మ యోగి అభియాన్‌ను రూపొందించింది. ఆదిమ గిరిజనులతోపాటు ఆదివాసీలు, ఇతర గిరిజనులకు అన్నిరకాల సంక్షేమ పథకాలను చేరువ చేయడం, అవగాహన కల్పించడం, సౌకర్యాలు మెరుగుపర్చడమే ఈ కార్యక్రమం ప్రధాన ఉద్దేశం.

102 గ్రామాల్లో అమలు
జిల్లాలోని 15 మండలాల పరిధిలో 335 గ్రామాలు ఉన్నాయి. ఇందులో 12 మండలాల పరిధిలోని 102 గ్రామాల్లో ఆది కర్మ యోగి అభియాన్ అమలు కానుంది. ఎంపిక చేసిన గ్రామాల్లో 2,356 కుటుంబాలు ఉండగా 98,991 జనాభా ఉంది. గిరిజన సంక్షేమ, విద్య, వైద్య ఆరోగ్య, డీఆర్డీఏ, ఐసీడీఎస్, జలశక్తి(మిషన్ భగీరథ), అటవీ శాఖ ఉద్యోగులు అవగాహన కార్యక్రమాల్లో భాగస్వాములయ్యారు. కలెక్టర్‌తోపాటు ఐటీడీఏ ప్రాజెక్టు అధికారి కార్యక్రమాలను పర్యవేక్షించారు. శుక్రవారంతో అవగాహన కార్యక్రమాలు పూర్తి కాగా అక్టోబర్ 2 నుంచి మండల కేంద్రాల్లో ఎంపీడీవోలు తీర్మానాలు స్వీకరించనున్నారు.

అర్హులందరికీ ప్రభుత్వ పథకాలు అందేలా..
కేంద్ర, రాష్ట్ర ప్రభుత్వాలు అనేక పథకాలు అమలు చేస్తున్నా గిరిజనుల దరికి చేరడం లేదు. నిరక్షరాస్యత, అవగాహన లేమితో పథకాలను వినియోగించుకోలేకపోతున్నారు. ఈ నేపథ్యంలో ప్రస్తుతం అమలు చేస్తున్న పథకాలు క్షేత్రస్థాయిలో అర్హులకు చేరేలా ఆది కర్మయోగి అభియాన్ కింద చర్యలు తీసుకుంటున్నారు. ఆదివాసీల ఆచార, వ్యవహార శైలి విభిన్నంగా ఉంటుంది. మైదాన ప్రాంతాల వారితో పోలిస్తే వారికి అవగాహన తక్కువ. దీంతో అధికారులే ఆయా గ్రామాలకు వెళ్లి గిరిజనులను చైతన్యపరుస్తున్నారు. యువకులు, మహిళలకు స్థలంతో సంబంధం లేకుండా అవగాహన కార్యక్రమాలు నిర్వహిస్తున్నారు. ఈ కార్యక్రమం ద్వారా గిరిజన సంక్షేమం, విద్య, వైద్యం, వ్యవసాయం, అటవీ, తాగునీరు, మేకల పెంపకం, మునగ సాగు, అంగన్‌వాడీ, పాఠశాల భవనాలు, జీవిత బీమా, రోడ్డు రవాణా సౌకర్యాలు, ఆది సురక్ష బీమా వంటి పథకాలు పకడ్బందీగా అమలు చేసేందుకు కార్యాచరణ సిద్ధం చేస్తున్నారు. గ్రామానికి అవసరమైన సౌకర్యాలపై అక్కడికక్కడే గిరిజనుల ద్వారా దరఖాస్తులు తీసుకుంటున్నారు. గిరిజన ప్రాంతాల్లో సమర్థవంతమైన నాయకత్వాన్ని ప్రోత్సహిస్తున్నారు. విలేజ్ విజన్ -2030 ప్రణాళిక పకడ్బందీగా అమలు చేయనున్నారు.

గ్రామాల అభివృద్ధే లక్ష్యం
లింగాపూర్(ఆసిఫాబాద్‌): గిరిజన గ్రామాల అభివృద్ధే ఆది కర్మయోగి అభియాన్ లక్ష్యమని కేంద్ర ప్రభుత్వ పరిశీలకుడు జితేంద్రసింగ్ అన్నారు. మండల కేంద్రంలోని రైతువేదికలో శుక్రవారం జిల్లా గిరిజన సంక్షేమశాఖ అధికారి రమాదేవితో కలిసి గ్రామస్తులకు అవగాహన కార్యక్రమం నిర్వహించారు. ఆయన మాట్లాడుతూ గిరిజన గ్రామాల్లో మౌలిక సదుపాయాలు, నిరుద్యోగ యువతకు నైపుణ్య శిక్షణ, ఉపాధి కల్పిస్తామని తెలిపారు. అంతకు ముందు గ్రామస్తులు ఆయనకు డప్పుచప్పుళ్లతో సాంస్కృతిక నృత్యాలతో స్వాగతం పలికారు. గ్రామంలో నిర్వహిస్తున్న వాలీబాల్ క్రీడాపోటీలను పరిశీలించారు.

జిల్లాలో ఎంపిక చేసిన గ్రామాలు

మండలాలు	గ్రామాలు
ఆసిఫాబాద్	4
బెజ్జూర్	4
చింతలమానెపల్లి	3
జైనూర్	15
కెరమెరి	8
కౌటాల	1
లింగాపూర్	9
రెబ్బెన	1
సిర్పూర్(యూ)	14
తిర్యాణి	31
వాంకిడి	8
కాగజ్‌నగర్	4

సౌకర్యాల కల్పనకు ఉపయోగం



గిరిజన గ్రామాల్లో సౌకర్యాల కల్పనకు ఆది కర్మ యోగి అభియాన్ ఉపయోగపడుతుంది. 12 మండలాల్లో 102 గ్రామాలను మొదటి విడతలో ఎంపిక చేశాం. ఆయా గ్రామాల నుంచి వచ్చిన తీర్మానాలను అక్టోబర్ 2న ఎంపీడీవోలు స్వీకరిస్తారు. అనంతరం జిల్లా, ఆ తర్వాత రాష్ట్రస్థాయికి పంపిస్తాం.
– పి.రమాదేవి, జిల్లా గిరిజన సంక్షేమ శాఖ అధికారి

ఐలమ్మ ఆశయ సాధనకు కృషి



ఐలమ్మ చిత్రపటానికి నివాళులర్పిస్తున్న కలెక్టర్ వెంకటేశ్ దోత్రే, ఎమ్మెల్యే కోవ లక్ష్మి, తదితరులు

- కలెక్టర్ వెంకటేశ్ దోత్రే

ఆసిఫాబాద్‌: చాకలి ఐలమ్మ ఆశయ సాధనకు కృషి చేయాలని కలెక్టర్ వెంకటేశ్ దోత్రే అన్నారు. జిల్లా కేంద్రంలోని కలెక్టరేట్ సమావేశ మందిరంలో శుక్రవారం బీసీ సంక్షేమశాఖ ఆధ్వర్యంలో ఐలమ్మ జయంతి నిర్వహించారు. ఈ సందర్భంగా ఎమ్మెల్యే కోవ లక్ష్మి, అధికారులు, నాయకులతో కలిసి ఐలమ్మ చిత్రపటానికి పూలమాల వేసి నివాళులర్పించారు. కలెక్టర్ మాట్లాడుతూ భూమి, భుక్తి కోసం, వెట్టిచాకిరీ నుంచి విముక్తి, బహుజనుల హక్కుల కోసం పోరాడిన వీరనారి ఐలమ్మ అని కొనియాడారు. రజక సామాజిక వర్గంలోని పిల్లలను ఉన్నతంగా తీర్చిదిద్దేందుకు ప్రభుత్వం సంక్షేమ కార్యక్రమాలు చేపడుతుందని తెలిపారు. కార్యక్రమంలో బీసీ సంక్షేమ అధికారి సజీవన్, సింగిల్ విండో చైర్మన్ అలీబిన్ అహ్మద్, రజకసంఘం జిల్లా అధ్యక్షుడు కడ్తల మల్లయ్య, నాయకులు రవీందర్, భూమయ్య, సతీశ్, మధుకర్, శంకర్, మారుతి, సరస్వతి పాల్గొన్నారు.

నేడు కలెక్టరేట్ ఆవరణలో బతుకమ్మ సంబురాలు
ఆసిఫాబాద్‌: జిల్లా కేంద్రంలోని కలెక్టరేట్ ఆవరణలో శనివారం మధ్యాహ్నం 2 గంటలకు బతుకమ్మ వేడుకలు నిర్వహిస్తున్నట్లు కలెక్టర్ వెంకటేశ్ దోత్రే తెలిపారు. కలెక్టరేట్ సమావేశ మందిరంలో శుక్రవారం బతుకమ్మ సంబురాలపై ఆర్డీవో లోకేశ్వర్‌రావు, జిల్లా సంక్షేమ అధికారి అడెపు భాస్కర్‌తో కలిసి సమీక్ష సమావేశం నిర్వహించారు. కలెక్టర్ మాట్లాడుతూ కలెక్టరేట్‌లో విధులు నిర్వర్తిస్తున్న మహిళా అధికారులు, ఉద్యోగులు, మహిళా సంఘాలు వేడుకల్లో పాల్గొని విజయవంతం చేయాలన్నారు. అలాగే సద్దుల బతుకమ్మ కోసం నిమజ్జనం చేసే వాగులు, చెరువుల వద్ద పారిశుద్ధ్య పనులు చేపట్టాలన్నారు. విద్యుత్ దీపాలు ఏర్పాటు చేయాలని అధికారులను ఆదేశించారు.

‘ప్రజాపాలనలో కార్మికులకు పస్తులేనా..?’

ఆసిఫాబాద్‌అర్బన్‌: ప్రజాపాలనలో కూడా గ్రామ పంచాయతీ కార్మికులకు పస్తులేనా అని సీఐటీయూ జిల్లా ప్రధాన కార్యదర్శి ముంజం శ్రీనివాస్ ప్రశ్నించారు. పెండింగ్ వేతనాలు విడుదల చేయాలని, ఇతర డిమాండ్లు నెరవేర్చాలని జిల్లా కేంద్రంలోని కలెక్టరేట్ ఎదుట శుక్రవారం పంచాయతీ కార్మికులతో కలిసి ధర్నా చేపట్టారు. ఆయన మాట్లాడుతూ అతిపెద్ద పండుగ దసరాకు కార్మికులు ఇబ్బందులు పడకుండా మూడు నెలల పెండింగ్ వేతనాలు తక్షణమే విడుదల చేయాలని డిమాండ్ చేశారు. ముఖ్యమంత్రి ఇచ్చిన హామీ ప్రకారం గ్రీన్ చానల్ ద్వారా నెలనెలా వేతనాలు ఖాతాల్లో జమ చేయాలన్నారు. జీవో 51 సవరించి మల్టీపర్పస్ విధానాన్ని రద్దు చేయాలన్నారు. సమస్యలు పరిష్కరించకుంటే ఆందోళనలు ఉధృతం చేస్తామని హెచ్చరించారు.



కలెక్టరేట్ ఎదుట ధర్నా చేస్తున్న పంచాయతీ కార్మికులు, నాయకులు

కార్యక్రమంలో గ్రామ పంచాయతీ వర్కర్స్ యూనియన్ జిల్లా అధ్యక్షుడు జాడి మోరేశ్వర్, కార్యదర్శి శ్రీకాంత్, నాయకులు, కార్మికులు శంకర్, విలాస్, రాణి, పుష్పలత, నగేశ్, వెంకటేశ్, రమేశ్, సంతోష్ పాల్గొన్నారు.

వన్యప్రాణుల దాడిలో భార్యాభర్తలు మృతి!




దూలం శేఖర్, సుశీల మృతదేహాలు



ఆస్పత్రిలో మృతదేహాలను పరిశీలిస్తున్న అధికారులు

- విచారణ చేపట్టిన అటవీ, పోలీసు శాఖ అధికారులు
- వివరాలు వెల్లడించేందుకు నిరాకరణ

సిర్పూర్(టి): సిర్పూర్(టి) మండలం అచ్చెల్లి బీట్ పరిధిలోని భీమన్న ఆలయ సమీపంలో గల అటవీ ప్రాంతంలో భార్యాభర్తలు మృతిచెందారు. వన్యప్రాణుల దాడిలో తీవ్రంగా గాయపడి చనిపోయినట్లు భావిస్తున్నారు. ఈ సంఘటన జిల్లాలో కలకలం సృష్టించింది. కుటుంబ సభ్యులు, పోలీసులు తెలిపిన వివరాల ప్రకారం.. సిర్పూర్(టి) మండలం అచ్చెల్లి గ్రామానికి చెందిన పశువుల కాపరులు దూలం శేఖర్(52), సుశీల(46) దంపతులు రోజుమాదిరిగానే గురువారం పశువులు మేపేందుకు భీమన్న ఆలయం ప్రాంతంలోకి వెళ్లారు. సాయంత్రం వరకు ఇంటికి రాకపోవడంతో కుటుంబ సభ్యులు గ్రామస్తుల దృష్టికి తీసుకెళ్లారు. సమీప ప్రాంతాల్లో రాత్రి 11 గంటల వరకు గాలించినా ఆచూకీ లభించకపోవడంతో స్థానిక పోలీస్‌స్టేషన్‌లో సమాచారం అందించారు. ఎస్సై సీహెచ్ సురేశ్ ఆధ్వర్యంలో సెల్‌ఫోన్ సిగ్నల్ ఆధారంగా భీమన్న ఆలయ అటవీ ప్రాంతంలో మృతదేహాలను గుర్తించారు. ఇద్దరి తలలకు తీవ్ర గాయాలు కావడంతో మృతిచెందినట్లు తెలుస్తోంది. మృతదేహాలను మండల కేంద్రంలోని ప్రభుత్వ సామాజిక ఆస్పత్రికి తరలించారు. శుక్రవారం ఉదయం అధికారులు ఘటనాస్థలాన్ని పరిశీలించి వివరాలు సేకరించారు.

గ్రామస్తుల ఆందోళన
భార్యాభర్తల మృతికి గల కారణాలపై శుక్రవారం ఉదయం నుంచి సాయంత్రం వరకు ఉత్కంఠ కొనసాగింది. సాయంత్రం అటవీ, పోలీసుశాఖ అధికారులు, అసిస్టెంట్ ప్రొఫెసర్ సురేందర్ పోస్టుమార్టం చేసి విచారణ చేపట్టారు. అయినా దంపతుల మృతికి కారణాలను వెల్లడించేందుకు నిరాకరించారు. గ్రామస్తులు అధికారుల తీరుపై తీవ్ర ఆగ్రహం వ్యక్తం చేస్తూ ఆందోళనకు దిగారు. బాధిత కుటుంబాన్ని అన్నివిధాలా ఆదుకుంటామని ఎమ్మెల్సీ దండె విఠల్, కాగజ్‌నగర్ ఎఫ్‌డీవో సుశాంత్ సుఖ్‌దేవ్ హామీ ఇవ్వడంతో శాంతించారు. ఒక్కొక్కరికి రూ.10లక్షల పరిహారం, కుమార్తెల్లో ఒకరికి ఔట్‌సోర్సింగ్ ఉద్యోగం, ఇందిరమ్మ ఇల్లు ఇచ్చేందుకు కృషి చేస్తామని తెలిపారు. వీరి వెంట తహసీల్దార్ రహీమొద్దీన్, ఇన్‌చార్జి ఎఫ్‌ఆర్‌వో ప్రవీణ్, కౌటాల సీఐ సంతోష్‌కుమార్, ఎస్సై సీహెచ్ సురేశ్ తదితరులు ఉన్నారు.

అనుమానాలెన్నో..?
అచ్చెల్లి బీట్ పరిధిలోని అటవీ ప్రాంతంలో భార్యభర్తలు దూలం శేఖర్, సుశీల మృతిపై అనేక అనుమానాలు రేకెత్తుతున్నాయి. వన్యప్రాణుల దాడిలో తీవ్రంగా గాయపడి మృతి చెందినట్లు భావిస్తున్నా పోస్టుమార్టం అనంతరం కూడా పోలీసులు, అటవీశాఖ అధికారులు స్పష్టతనివ్వలేదు. పేద కుటుంబానికి చెందిన వీరు పశువుల కాపరులుగా పనిచేస్తున్నారు. రాజేశ్వరి, మౌనిక, రోహిణి, అజయ్ సంతానం ఉన్నారు. గురువారం సాయంత్రం పశువులు యజమానుల ఇళ్లకు చేరడం, తల్లిదండ్రులు రాకపోవడంతో ఆందోళనలకు గురై గ్రామస్తులతో కలిసి పశువులు తీసుకెళ్లే మార్గంలో గాలించారు. సెల్‌ఫోన్ సిగ్నల్ ఆధారంగా మృతదేహాలను గుర్తించారు. సీహెచ్‌సీలో వైద్యులు, ఫోరెన్సిక్ నిపుణులు పోస్టుమార్టం చేసినా ఏ వన్యప్రాణి దాడిలో గాయాలయ్యాయో తేల్చలేకపోయారు.

బాధిత కుటుంబానికి అండగా ఉంటాం
సిర్పూర్(టి) మండలంలోని అచ్చెల్లి బీట్ పరిధిలో అటవీప్రాంతంలో మృతి చెందిన దూలం శేఖర్, సుశీల కుటుంబానికి అండగా ఉంటామని ఎమ్మెల్సీ దండె విఠల్, ఎమ్మెల్యే పాల్వాయి హరీశ్‌బాబు అన్నారు. మండల కేంద్రంలోని సామాజిక ఆస్పత్రి వద్ద మృతదేహాలను శుక్రవారం పరిశీలించి కుటుంబ సభ్యులను పరామర్శించారు. తక్షణ సాయంగా కుటుంబ సభ్యులకు నగదు అందించారు. బీఆర్‌ఎస్ నేత ఆర్‌ఎస్ ప్రవీణ్‌కుమార్ ఫోన్‌లో బాధిత కుటుంబ సభ్యులను పరామర్శించారు.



చిన్నారులతో మాట్లాడుతున్న ఎమ్మెల్యే

ప్రాణాలపై పట్టింపేది?

- వాగులు ఉప్పొంగి గ్రామాలకు రాకపోకలు బంద్
- ఆస్పత్రులకు చేరుకునేందుకు అష్టకష్టాలు
- అనార్‌పల్లి వాగు వద్ద శుక్రవారం మరొకరు మృతి



అనార్‌పల్లి వాగు దాటుతున్న ప్రజలు

కెరమెరి(ఆసిఫాబాద్‌): జిల్లాలోని వాగులు ఉప్పొంగి ప్రజలు ప్రాణాలు కోల్పోతున్నా పట్టించుకునే వారు కరువయ్యారు. అసంపూర్తి వంతెనలు పూర్తి చేయడంతోపాటు లోలెవల్ వంతెన వద్ద హైలెవల్ బ్రిడ్జీలు నిర్మించడంలో అధికారులు, పాలకులు నిర్లక్ష్యం వహిస్తున్నారు. కెరమెరి మండలం అనార్‌పల్లి వాగు ఉప్పొంగి సకాలంలో ఆస్పత్రికి చేరుకోకపోవడంతో శుక్రవారం ఒకరు ప్రాణాలు కోల్పోయారు. ఆసిఫాబాద్ మండలంలో గుండి వాగు, కెరమెరి మండలంలో లక్మాపూర్, అనార్‌పల్లి, చింతలమానెపల్లి మండలం దిందా వాగు ఉప్పొంగి గ్రామాలకు రాకపోకలు నిలిచిపోతున్నాయి. ప్రజలు అత్యవసర సమయంలో ప్రమాదకరంగా వాగులు దాటుతున్నారు.

అసంపూర్తిగా వంతెనలు..
కెరమెరి మండలంలోని లక్మాపూర్ వాగుపై వంతెన రూ.3కోట్ల అంచనా వ్యయంతో 2016లో ప్రారంభమై 2017లో పూర్తి కావాల్సి ఉంది. కానీ పిల్లర్లు నిర్మించి వదిలేశారు. ముగ్గురు కాంట్రాక్టర్లు మారినా పనులు ముందుకు సాగడం లేదు. అలాగే అనార్‌పల్లి వాగుపై రూ.5కోట్ల అంచనా వ్యయంతో 2016లో పనులు ప్రారంభమై 2018 నాటికి పూర్తి చేయాలి. కానీ ఇప్పటికీ అసంపూర్తిగానే ఉంది. కరంజీవాడ, బోరిలాల్‌గూడ, జనకాపూర్ తదితర గ్రామాల ప్రజలు అనార్‌పల్లి వాగు దాటితేనే కెరమెరి మండల కేంద్రానికి చేరుకుంటారు. వాగులో వరద పెరిగితే వారు బాహ్య ప్రపంచానికి దూరం కావాల్సిందే..

వాగు దాటేందుకు ప్రాణాలు పణం
లక్మాపూర్, అనార్‌పల్లి వాగులు దాటేందుకు ఆయా గ్రామాల ప్రజలు ప్రాణాలు పణంగా పెడుతున్నారు. 2023 సెప్టెంబర్ 6న అనారోగ్యంతో బాధపడుతున్న చిన్నారులను గ్రామస్తులు ఒంటి చేతులపై ఎత్తుకుని వాగు దాటించడం అప్పట్లో బాహుబలి సినిమాను తలపించింది.

- అదే ఏడాది సెప్టెంబర్ 8న లక్మాపూర్ గ్రామానికి చెందిన మాలోత్ లక్ష్మణ్ అనే రైతు పత్తి పంటకు క్రిమిసంహారక మందు పిచికారీ చేస్తుండగా స్పృహతప్పి పడిపోయాడు. కెరమెరి ఆస్పత్రికి తరలించేందుకు మార్గమధ్యలోని వాగుతో కుటుంబ సభ్యులు ఇబ్బంది పడ్డారు. వరద ఎక్కువగా ఉండటంతో ఐదుగురు కలిసి రైతును మంచంపై పడుకోబెట్టి వాగు దాటించారు. సెప్టెంబర్ 23న బోరిలాల్‌గూడ గ్రామానికి చెందిన ఏడు నెలల గర్భిణి జాదవ్ అశ్విని వైద్యపరీక్షల కోసం ఆదిలాబాద్‌కు వెళ్లాల్సి ఉంది. అనార్‌పల్లి వాగు ఉధృతి తగ్గకపోవడంతో గర్భిణిని కొందరు చేతులపై మోస్తూ ఒడ్డుకు చేర్చారు. సెప్టెంబర్ 30న బోరిలాల్‌గూడ గ్రామానికి చెందిన ఆడే నాందేవ్ అస్వస్థతకు గురైయ్యాడు. ఆరుగురు కుటుంబ సభ్యులు డోలీపై పడుకోబెట్టి వాగు దాటించారు. అక్కడి నుంచి జీపులో కెరమెరి పీహెచ్‌సీకి తీసుకెళ్లి వైద్యం చేయించారు. అనంతరం మళ్లీ అదే రీతిలో వాగు దాటించి ఇంటి వచ్చారు.
- ఈ ఏడాది సైతం వాగులు ఉప్పొంగి ప్రజలు ఇబ్బందులు పడుతున్నారు. ఈ నెల 21న అనారోగ్యంతో బాధపడుతున్న కరంజీవాడ గ్రామ పంచాయతీలో పారిశుద్ధ్య కార్మికుడిగా పనిచేస్తున్న మందాడి కోసును కొందరు చేతులపై ఎత్తుకుని వాగు దాటించారు. ఆదిలాబాద్‌లోని రిమ్స్‌కు తరలించి చికిత్స అందించారు. అయితే వరదతో నాలుగు రోజుల పాటు ఇంట్లోనే ఉండటం, ఆరోగ్యం విషమించిన తర్వాత ఆస్పత్రికి రావడంతో ప్రాణాలు కోల్పోయాడు. జనకాపూర్ గ్రామానికి చెందిన పవార్ బిక్కునాయక్(78)కు ఈ నెల 25న ఛాతీలో నొప్పి వచ్చింది. వరద కారణంగా ఆస్పత్రికి వెళ్లలేకపోయారు. శుక్రవారం ఉదయం మళ్లీ నొప్పరావడంతో ప్రమాదకరంగా కుటుంబ సభ్యులు వాగు దాటిస్తుండగా బిక్కునాయక్ మృతి చెందాడు.



బతుకమ్మ ఆడుతున్న నవోదయ విద్యార్థినులు

నవోదయలో బతుకమ్మ సంబురాలు



ఉపాధ్యాయులతో కలిసి బతుకమ్మ ఆడుతున్న సబ్ కలెక్టర్ శ్రద్ధా శుక్లా

కాగజ్‌నగర్‌టౌన్‌: పట్టణంలోని జవహర్ నవోదయ విద్యాలయంలో శుక్రవారం బతుకమ్మ సంబురాలు ఘనంగా నిర్వహించారు. విద్యార్థినులు రంగురంగుల పూలతో బతుకమ్మలు పేర్చారు. ముఖ్య అతిథిగా హాజరైన సబ్ కలెక్టర్ శ్రద్ధా శుక్లా ఉపాధ్యాయులు, విద్యార్థినులతో కలిసి ఆడిపాడారు.

పుట్టింటికి ఆడబిడ్డలు!

- బతుకమ్మ వేడుకలకు సొంతూళ్లకు యువతులు, మహిళలు
- పండుగ కోసం కార్యక్రమాలన్నీ వాయిదా
- తొమ్మిది రోజులు కుటుంబ సభ్యులు, స్నేహితులతో సంబరాలు


నిర్మల్ జిల్లా కేంద్రంలో బతుకమ్మ ఆడుతున్న మహిళలు

వయ్యారి భామ పూలోయ్..
నీముక్కు ముక్కెరలూ..
అడవి మోదుగుపూలోయ్..
నీనుదుట కుంకుమలు..
ఎంతటి అందాల మహారాణివే..
నీచుట్టూ పూలన్నీ చెలికత్తెలే..
నిన్ను చూడాలని ముందుగ
వచ్చిందే పువ్వుల దీపావళి..
బతుకమ్మ రాకతో మా వాకిలి
మురిసెలే..

అంటూ ఓ కవి బతుకమ్మను వర్ణిస్తూ రాశారు. బతుకమ్మ పండుగకు ఎంత ప్రాధాన్యం ఉంటుందో ఆడబిడ్డలకు అంతే ప్రాధాన్యం ఉంటుంది. యువతులు, మహిళలకు బతుకమ్మ పండుగ ఎంతో ప్రత్యేకమైనది. వృత్తి, ఉద్యోగాల రీత్యా దూర ప్రాంతాల్లో ఉంటున్నవారు పండుగ కోసం సొంతూళ్లకు వస్తారు. విదేశాలకు వెళ్లినవారు, వివాహం జరిగి మెట్టినింటికి వెళ్లిన మహిళలూ పుట్టింటికి చేరుకుంటారు. ఎక్కడ ఉన్నా, ఎన్ని పనులు ఉన్నా బతుకమ్మ, దసరా పండుగను మరువకుండా సొంతూరికి చేరుకుని తొమ్మిది రోజుల పాటు బంధువులు, స్నేహితుల మధ్య సంతోషంగా గడపడం, సంబరాలు చేసుకోవడం పండుగ ప్రత్యేకతను చాటుతోంది. ఇప్పటికే ఉమ్మడి జిల్లా వ్యాప్తంగా ఆడబిడ్డలు పుట్టింటికి చేరుకున్నారు. సొంతూళ్లకు వచ్చిన మహిళలు, యువతుల అభిప్రాయాలు వారి మాటల్లో..

పనులు మానుకొని..



ఆసిఫాబాద్‌అర్బన్: ఏటా బతుకమ్మ పండుగకు ఎన్ని పనులు ఉన్నా మానుకొని తప్పనిసరిగా హైదరాబాద్ నుంచి ఆసిఫాబాద్ సొంతింటికి వస్తాను. కాలనీవాసులతో కలిసి బతుకమ్మ ఆడుతాను. సద్దుల పండుగకు సుమారు రూ.5వేల ఖర్చుతో పూలను విక్రయించి బతుకమ్మ పేరుస్తాను.

– స్రవంతి

ప్రతీ ఏడాది వస్తా..



మంచిర్యాలటౌన్: బతుకమ్మ పండుగ అంటే మాకు ఎంతో ప్రత్యేకం. అందుకే ఏటా పండుగ కోసం హైదరాబాద్ నుంచి మంచిర్యాలకు వస్తాను. లక్ష్మీనగర్‌లో అందరితో కలిసి బతుకమ్మ ఆడుతూ, పాటలు పాడుతూ ఆనందంగా గడుపుతాం.

– సుమ

ముంబై నుంచి..



ఖానాపూర్: నా భర్త ముంబైలో ఏసీ మెకానిక్ పని చేస్తాడు. మేం అక్కడే ఉంటాం. ప్రతీ సంవత్సరం దసరా, బతుకమ్మ ఉత్సవాలకు పిల్లలతో కలిసి ఖానాపూర్‌కు వస్తాం. ఈ ఏడాది భవాని దీక్ష తీసుకున్నాను. పండుగలు ముగిసే వరకు ఇక్కడే ఉంటాం.

– మర్రి లక్ష్మి

పండుగ కోసమే..



మంచిర్యాలటౌన్: చిన్ననాటి నుంచి బతుకమ్మ పండుగ వస్తే చాలు స్నేహితులతో కలిసి పూలను సేకరించి, బతుకమ్మ పేర్చేవాళ్లం. పెళ్లయిన తరువాత కూడా బతుకమ్మ పండుగ జరుపుకోవడానికి భర్తతో కలిసి హైదరాబాద్ నుంచి మంచిర్యాలకు వస్తున్నాను. మంచిర్యాలలో బతుకమ్మ పండుగను ఎప్పటికీ మిస్ కానివ్వను.

– హర్షిణి

కెనడా నుంచి వచ్చాం..



మంచిర్యాలటౌన్: పెళ్లయిన తరువాత కెనడాలోనే ఉంటున్నాం. రెండున్నర సంవత్సరాల తర్వాత బాబుతో కలిసి పండుగ కోసం మంచిర్యాలకు వచ్చాను. అమ్మ వాళ్లది గద్దెరాగడి ప్రాంతం. అత్త వారిది మంచిర్యాల. ఇక్కడే పండుగ జరుపుకోవాలని కెనడా నుంచి వచ్చాం.

– సౌమ్య

తల్లిగారింటికే..



ఖానాపూర్: మాది ఖానాపూర్ మండలం సుర్జాపూర్ గ్రామం. దసరా సందర్భంగా పిల్లలకు సెలవులు రాగానే పిల్లలతో కలిసి తల్లిగారింటికి వస్తాను. పూల పండుగ, దుర్గా నవరాత్రులు, దసరా ఇక్కడే చేసుకుంటాను.

– గంగమణి

18 ఏళ్లుగా సొంతూరిలోనే..



ఆసిఫాబాద్‌అర్బన్: నాకు వివాహం జరిగి 18 ఏళ్ల గడిచింది. ఆదిలాబాద్ జిల్లా ఉట్నూర్‌లో ఉంటున్నాం. ఇప్పటికీ బతుకమ్మ పండుగకు ఆసిఫాబాద్‌కు పుట్టింటికి వస్తాను. మా కాలనీలోని స్నేహితులతో కలిసి బతుకమ్మ వేడుకలు జరుపుకుంటాం. అందరం ఏకరూప చీరలు ధరించి వేడుకల్లో పాల్గొంటాం.

– కొత్త హాసిని

వారం రోజులు సెలవు పెట్టి..



చెన్నూర్: మా అత్తగారిది నిజామాబాద్. నా భర్త, నేను హైదరాబాద్‌లో సాఫ్ట్‌వేర్ ఉద్యోగం చేస్తున్నాం. ప్రతీ ఏడాది బతుకమ్మ పండుగకు చెన్నూర్‌కు వస్తా. పల్లెల్లో బతుకమ్మ పండుగ మజానే వేరుగా ఉంటుంది. వారం రోజులు సెలవు తీసుకొని పండుగ కోసం వచ్చా.

– నీల నవ్యరాణి, సాఫ్ట్‌వేర్ ఉద్యోగి

సెలవులు వచ్చాయంటే..



కాగజ్‌నగర్‌టౌన్: నాలుగేళ్లుగా హైదరాబాద్‌లోనే ఉండి చదువుకుంటున్నాను. దసరా సెలవులు వచ్చాయంటే హైదరాబాద్ నుంచి సొంతూరు కాగజ్‌నగర్‌కు వస్తా. పండుగకు ఇతర పట్టణాల్లో ఉన్న నా స్నేహితులు అందరూ కాగజ్‌నగర్‌కు వస్తారు. అందరం సద్దుల బతుకమ్మ రోజు ఎస్పీఎం క్రీడా మైదానంలో కలుస్తాం.

– అరుంధతి

పుట్టింట్లోనే పండుగ



కాగజ్‌నగర్‌టౌన్: బతుకమ్మ పండుగను ప్రతీ సంవత్సరం పుట్టింట్లోనే కుటుంబ సభ్యులతో సంతోషంగా జరుపుకుంటాం. ఉద్యోగరీత్య కరీంనగర్‌లో స్థిరపడ్డాను. కాగజ్‌నగర్‌కు వచ్చి బంధువులు, చిన్ననాటి స్నేహితులతో కలిసి బతుకమ్మలను పేర్చి ఆనందోత్సవాల మధ్య పండుగ జరుపుకుంటాను.

– రత్నప్రభ, టీచర్

వేరే చోట ఉండలేక..



ఖానాపూర్: మేం జగిత్యాల జిల్లా మెట్‌పల్లిలో స్థిరపడ్డాం. నా భర్త ప్రైవేటు ఉద్యోగం చేస్తాడు. నేను ఇంట్లోనే టైలరింగ్ చేస్తాను. ప్రతీ సంవత్సరం బతుకమ్మ పండుగకు ఖానాపూర్‌లోని ఇంద్రనగర్‌కు చేరుకుంటాం. పండుగల సమయంలో వేరే చోట ఉండడం కష్టంగా ఉంటుంది. స్వగ్రామంలో కుటుంబ సభ్యులు, బంధువుల మధ్య పండుగ జరుపుకోవడం సంతోషంగా ఉంటుంది.

– బీమర్తి సుమలత

రెండు రోజుల ముందే..



ఆసిఫాబాద్‌అర్బన్: బతుకమ్మ పండుగ వస్తుందంటే ఎన్ని పనులు ఉన్నా సొంతూరు ఆసిఫాబాద్‌కు రెండు రోజుల ముందుగానే చేరుకుంటాను. ప్రస్తుతం నేను మంచిర్యాల జిల్లా జైపూర్‌లో ఉంటున్నాను. పెళ్లి జరిగి 12 సంవత్సరాలైనా బతుకమ్మ పండుగకు అమ్మగారి ఇంటికి వచ్చి అక్కాచెల్లెళ్లు, స్నేహితులతో సంతోషంగా పండుగ జరుపుకుంటాను.

– పెండ్యాల సౌమ్య

సొంతూళ్లో జరుపుకోవడం ఇష్టం



చెన్నూర్: సొంతూళ్లో బతుకమ్మ పండుగ జరుపుకోవడం చాలా ఇష్టం. హైదరాబాద్‌లో సాఫ్ట్‌వేర్ ఉద్యోగం చేస్తున్నా. ఎంత బిజీగా ఉన్నా పండుగ కోసం పిల్లలతో చెన్నూర్‌కు వచ్చా. ఇక్కడ అన్ని రకాల సహజ సిద్ధమైన పూలు అందుబాటులో ఉంటాయి. అందరితో కలిసి బతుకమ్మ పండుగను ఘనంగా జరుపుకుంటాం.

– బచ్చు దివ్య, సాఫ్ట్‌వేర్ ఉద్యోగి

సొంతూరే గుర్తుకొస్తుంది..



ఆసిఫాబాద్‌అర్బన్: బతుకమ్మ పండుగ అంటేనే నాకు గుర్తుకొచ్చేది సొంతూరు. హైదరాబాద్‌లో సాఫ్ట్‌వేర్ ఉద్యోగం చేస్తున్న నేను పండుగ వస్తుందంటే ఆసిఫాబాద్‌కు చేరుకుంటాను. చిన్ననాటి స్నేహితులు, బంధువులతో కలిసి సరదాగా గడుపుతాను. పండుగలు కేవలం ఆనందం కోసం మాత్రమే కాదు. మన మూలాలను గుర్తు చేసుకొనే వేడుక.

– కొండ సంగీత, సాఫ్ట్‌వేర్ ఉద్యోగి

క్లుప్తంగా

అడవి పందుల బీభత్సం

కెరమెరి: మండలంలోని కెలిబి గ్రామ శివారులో అడవి పందులు బీభత్సం సృష్టించాయి. ఒక్క రాత్రిలోనే నలుగురు రైతులకు చెందిన ఏడు ఎకరాల పత్తి పంటను ధ్వంసం చేశాయి. గురువారం రాత్రి గిత్తె లక్ష్మణ్, గిత్తే చంద్రకాంత్, మహండోరే పాండు, ఏక్‌నాథ్‌లకు చెందిన సుమారు ఏడు ఎకరాల్లో పత్తి పంటను నాశనం చేశాయి. కాత, పూత దశలో ఉన్న పత్తి పంట నేలవాలడంతో రైతులు ఆందోళన చెందుతున్నారు. అధికారులు స్పందించి నష్టపరిహారం అందజేయాలని బాధిత రైతులు కోరుతున్నారు.

బట్టల దుకాణాల్లో చోరీ

భైంసాటౌన్: పట్టణంలోని బస్టాండ్ సమీపంలోగల పలు వస్త్ర దుకాణాల్లో గురువారం రాత్రి చోరీ జరిగినట్లు సీఐ గోపీనాథ్ తెలిపారు. గుజిరిగల్లికి చెందిన సయ్యద్ యాకూబ్‌కు చెందిన రెడీమేడ్ వస్త్ర దుకాణం షట్టరు పగులగొట్టిన దొంగలు రూ.15వేల విలువైన దుస్తులు చోరీ చేసినట్లు పేర్కొన్నారు. మరో నాలుగు దుకాణాల్లోనూ చోరీకి యత్నించినట్లు సీఐ తెలిపారు. బాధితుడు యాకూబ్ ఫిర్యాదు మేరకు కేసు నమోదు చేసి దర్యాప్తు చేస్తున్నట్లు సీఐ వెల్లడించారు.

సిలిండర్ పేలి ఇల్లు దగ్ధం


పూర్తిగా కాలిపోయిన ఇంటిలోని సామగ్రి

ముధోల్: సిలిండర్ పేలి రేకుల ఇల్లు దగ్ధమైన ఘటన మండలంలోని గన్నోరా గ్రామంలో చోటుచేసుకుంది. బాధితుడు, గ్రామస్తులు తెలిపిన వివరాల ప్రకారం.. గన్నోరా గ్రామంలో దరికే పీరాజీకి ఇందిరమ్మ ఇల్లు మంజూరు కాగా తన రేకుల షెడ్డు పక్కనే నిర్మాణం చేపట్టారు. శుక్రవారం కొత్తింటికి గడపలు పెట్టుకొని బంధువులకు అన్నదానం ఏర్పాటు చేశారు. ఈక్రమంలో ఒక్కసారిగా సిలిండర్ నుంచి మంటలు రాగా పీరాజీ భార్య రేణుక రేకుల షెడ్డు నుంచి బయటకు పరుగులు తీసింది. కుటుంబ సభ్యులు, చుట్టు పక్కల వారు ఇంట్లోకి వెళ్లి గమనించే లోగా సిలిండర్ ఒక్కసారిగా పేలింది. దీంతో భయపడి అందరూ బయటకు పరుగులు తీశారు. మంటలు వ్యాపించి ఇంటి నిర్మాణం కోసం అప్పుగా తీసుకొచ్చిన రూ. 3లక్షలతో పాటు ఇంటి సామగ్రి పూర్తిగా దగ్ధమైందని బాధితుడు వాపోయాడు.

అమ్మవారికి రూ.11 లక్షల కరెన్సీ హారం


ధర్మోరలో రూ.11 లక్షల నోట్ల హారంతో దర్శనమిస్తున్న దుర్గామాత

లోకేశ్వరం: మండలంలోని ధర్మోర, పంచగుడి గ్రామాల్లో దుర్గాదేవి శుక్రవారం సరస్వతి దేవి (మూల నక్షత్రం) అలంకరణలో భక్తులకు దర్శనమిచ్చారు. ధర్మోర గ్రామానికి చెందిన వైస్ ఎంపీపీ మామిడి నారాయణరెడ్డి తన సొంత డబ్బులు రూ.11 లక్షలు, పంచగుడిలో గ్రామస్తులు రూ.5లక్షల విలువైన నోట్లను హారాలుగా మార్చి అమ్మవారి మెడలో అలంకరించారు.

రూ.8.50 లక్షల కరెన్సీ హారం..

ఖానాపూర్: పట్టణంలోని గాంధీనగర్‌తోపాటు తర్లపాడ్ గ్రామంలోని దుర్గామాత మండపంలో దుర్గాదేవిని శుక్రవారం కరెన్సీతో అలంకరించారు. తర్లపాడ్‌లో పెద్ద ఎత్తున రూ.8.50 లక్షల కరెన్సీ హారంతో దుర్గామాతను అలంకరించారు.

నిర్మల్‌లో రూ.12 లక్షల నగదుతో..

నిర్మల్‌టౌన్: నిర్మల్ ధ్యాగవాడ హనుమాన్ ఆలయంలో ప్రతిష్ఠించిన దుర్గామాతను శుక్రవారం ధనలక్ష్మిగా అలంకరించారు. రూ.100, రూ.200, రూ.500 నోట్లతో మొత్తం రూ.12,58,571 కరెన్సీతో అలంకరించారు.

గ్రూప్-1లో మెరిసిన ట్రిపుల్‌ఐటీ విద్యార్థులు

బాసర: ఇటీవల విడుదలైన గ్రూప్ 1 ఫలితాల్లో బాసర ఆర్జీయూకేటీ పూర్వ విద్యార్థులు జయకేతనం ఎగురవేశారు. యూనివర్సిటీకి చెందిన 8 మంది డీఎస్పీలుగా ఎంపికయ్యారు. బీ08 బ్యాచ్‌కు చెందిన స్వామి (సిద్దిపేట), అమరేందర్ (ఆదిలాబాద్), బీ09 బ్యాచ్‌కు చెందిన ఆదికేశవరెడ్డి (హైదరాబాద్), సాయి చరణ్(నల్లగొండ), బీ11 బ్యాచ్‌కు చెందిన నిఖిల (నిజామాబాదు), సి.భవాని (నల్లగొండ), బీ12 బ్యాచ్ విద్యార్థి శ్రీకాంత్ (సిద్దిపేట), బీ14 విద్యార్థిని కవిత (వనపర్తి)లు ఎంపికయ్యారు. వీరితో పాటు బీ08 బ్యాచ్ విద్యార్థి శ్రీరాం కుమార్ అసిస్టెంట్ ఎక్సైజ్ సూపరింటెండెంట్‌గా, బీ09 విద్యార్థి వి. రాజశేఖర్ రెడ్డి(సూర్యాపేట) కమర్షియల్ ట్యాక్సు ఆఫీసర్‌గా, బీ11 సురేశ్(కరీంనగర్) ఎంపీడీవోగా, వెంకటేశ్ ఆడిట్ ఆఫీసర్‌గా ఎంపికయ్యారు. విద్యార్థుల విజయానికి వీసీ గోవర్ధన్, ఓఎస్డీ మురళీ దర్శన్, అధికారులు హర్షం వ్యక్తం చేశారు.

దేగామలో మద్యపాన నిషేధం


మద్యం సీసాలు ధ్వంసం చేస్తున్న గ్రామస్తులు

బజార్‌హత్నూర్: మండలంలోని దేగామ గ్రామంలో గ్రామస్తులు మద్యపాన నిషేధంపై తీర్మానంతో పాటు ప్రతిజ్ఞ చేశారు. శుక్రవారం గ్రామంలో బెల్టు షాపులను తొలగించి, మందు సీసాలను ధ్వంసం చేశారు. గ్రామంలో బెల్ట్‌షాపులను తొలగించాలని ఇటీవల జిల్లా ఎస్పీ అఖిల్ మహాజన్‌కు, ఇచ్చోడలో ఎక్సైజ్ అధికారులకు వినతిపత్రం అందజేశారు. కార్యక్రమంలో నానం రమణ, మేకల వెంకన్న, పోరెడ్డి శ్రీనివాస్, బొడ్డు భోజరెడ్డి, మడ్డె అశోక్, అరుణ్, శ్రీనివాస్, మడ్డె రమణ, శేఖర్, లక్ష్మణ్, శ్రీకాంత్, నానం గాంధీ, ఆదిత్య పాల్గొన్నారు.

సదర్మాట్‌ను సందర్శించిన ఎమ్మెల్యే

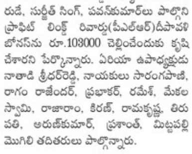
ఖానాపూర్: మండలంలోని మేడంపల్లి గ్రామంలోని సదర్మాట్‌ను శుక్రవారం రాత్రి ఎమ్మెల్యే వెడ్మ బొజ్జు సందర్శించారు. ఎస్సారెస్పీ గేట్లు ఎత్తి దిగువకు వదిలిన వరద కారణంగా రెండు రోజుల క్రితం సదర్మాట్ వద్ద ఒక గేటు కొట్టుకుపోవడంతో పాటు మరో గేటు వంగిపోయింది. దీంతో వరద నీరు కాలువలోకి వెళ్తోంది. విషయం తెలియడంతో అక్కడికి వెళ్లిన ఎమ్మెల్యే సంబంధిత డీఈ వీరన్నతో ఫోన్‌లో మాట్లాడారు. వెంటనే గేట్లు ఏర్పాటు చేసి తగు చర్యలు తీసుకోవాలని ఆదేశించారు. ఆయన వెంట నాయకులు దయానంద్, నిమ్మల రమేశ్, రాజునాయక్, జంగిలి శంకర్, గాజుల శ్రీనివాస్, కడార్ల గంగనర్సయ్య, సాగర్, హరిప్రసాద్ తదితరులు ఉన్నారు.

‘బీఎంఎస్ కృషితోనే మెరుగైన బోనస్’


మాట్లాడుతున్న యాదగిరి సత్తయ్య

నస్పూర్: బీఎంఎస్ కృషి ఫలితంగానే కార్మికులకు మెరుగైన బోనస్ వస్తోందని సింగరేణి కోల్‌మైన్స్ కార్మిక సంఘం (బీఎంఎస్) రాష్ట్ర అధ్యక్షుడు యాదగిరి సత్తయ్య తెలిపారు. శ్రీరాంపూర్ ఏరియాలోని ఆర్కే 5 గనిపై శుక్రవారం జరిగిన సమావేశంలో ఆయన మాట్లాడారు. ఈ నెల 25న కోల్‌కతాలో కోల్ ఇండియా యాజమాన్యంతో జరిగిన సమావేశంలో బీఎంఎస్ వేజ్‌బోర్డు సభ్యులు సుధీర్‌గురుడే, సుర్జీత్ సింగ్, పవన్‌కుమార్‌లు పాల్గొని ప్రాఫిట్ లింక్ రివార్డు(పీఎల్‌ఆర్)దీపావళి బోనస్‌ను రూ.103000 చెల్లించేందుకు కృషి చేశారని పేర్కొన్నారు. ఏరియా ఉపాధ్యక్షుడు నాతాడి శ్రీధర్‌రెడ్డి, నాయకులు సారంగపాణి, రాగం రాజేందర్, ప్రభాకర్, రమేశ్, మేకల స్వామి, రాజారాం, కిరణ్, రామకృష్ణ, తిరుపతి, అరుణ్‌కుమార్, ప్రశాంత్, మిట్టపల్లి మొగిలి తదితరులు పాల్గొన్నారు.

‘గర్భిణులు ఆరోగ్యంపై శ్రద్ధ వహించాలి’


అవగాహన కల్పిస్తున్న పీవో ఖుష్బూ గుప్తా

ఇంద్రవెల్లి: గర్భిణులు ఆరోగ్యంపై శ్రద్ధ వహించాలని ఐటీడీఏ పీవో ఖుష్బూ గుప్తా అన్నారు. శుక్రవారం మండల కేంద్రంలోని ప్రభుత్వ ఆసుపత్రిలో ఏర్పాటు చేసిన అవగాహన కార్యక్రమానికి హాజరయ్యారు. గర్భిణుల ఆరోగ్య వివరాలు, అందుతున్న వైద్య సేవలు, తీసుకుంటున్న పౌష్టికాహారం వివరాలను అడిగి తెలుసుకున్నారు. ఈ సందర్భంగా గోండి, కొలాం భాషలో ముద్రించిన కరపత్రాలు ఆవిష్కరించారు. ఆమె మాట్లాడుతూ గర్భిణులు ప్రతీ నెల పరీక్షలు చేయించుకోవాలన్నారు. కార్యక్రమంలో జిల్లా అదనపు వైద్యాధికారి కుడ్మేత మనోహర్, డిప్యూటీ డీఎంహెచ్‌వో సాధన, వైద్యులు వసంత్‌రావ్, పూజిత, హెచ్ఈవో నాందేవ్, హెల్త్ సూపర్‌వైజర్ పవార్ సురేశ్, వైద్య సిబ్బంది తదితరులు ఉన్నారు.

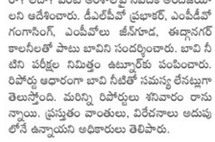
బావి నీటితో అనారోగ్యం!

- వాంతులు, విరేచనాలతో ఆసుపత్రిలో చేరిక


బావి నీటిని పరిశీలిస్తున్న అధికారులు

నార్నూర్: మండల కేంద్రంలోని జీన్‌గూడ(ఆదర్శనగర్), ఈద్గానగర్ కాలనీవాసులు కొందరు వాంతులు, విరేచనాలతో అనారోగ్యం బారిన పడిన ఘటన శుక్రవారం వెలుగుచూసింది. వివరాల్లోకి వెళ్తే.. మండల కేంద్రంలోని జీన్‌గూడ (ఆదర్శనగర్), ఈద్గానగర్ కాలనీవాసులు గత 15 ఏళ్లుగా జీన్‌గూడ గ్రామ సమీపంలో ఉన్న బావి నీటిని తాగుతున్నారు. ఈక్రమంలో గత మూడు రోజులుగా వారు వాంతులు, విరేచనాలతో బాధపడుతున్నారు. శుక్రవారం వాంతులు, విరేచనాలు ఎక్కువ కావడంతో వివిధ ఆస్పత్రుల్లో చికిత్స పొందుతున్నారు. జీన్‌గూడకు చెందిన బాబాఖాన్ అనే వ్యక్తి ఫోన్ ద్వారా జిల్లా కలెక్టర్ రాజర్షిషా దృష్టికి సమస్య తీసుకెళ్లారు. వెంటనే స్పందించిన కలెక్టర్ ఎంపీవో సాయిప్రసాద్‌కు ఫోన్ చేసి సమస్యపై ఆరా తీశారు. అనారోగ్యానికి గల కారణాలు, బావి నీటిని క్లోరినేషన్ చేశారా? లేదా? వంటి అంశాలపై నివేదిక అందజేయాలని ఆదేశించారు. డీఎల్‌పీవో ప్రభాకర్, ఎంపీడీవో గంగాసింగ్, ఎంపీవోలు జీన్‌గూడ, ఈద్గానగర్ కాలనీలతో పాటు బావిని సందర్శించారు. బావి నీటిని పరీక్షల నిమిత్తం ఉట్నూర్‌కు పంపించారు. రిపోర్టు ఆధారంగా బావి నీటితో సమస్య లేనట్లుగా తెలుస్తోంది. మరిన్ని రిపోర్టులు శనివారం రానున్నాయి. ప్రస్తుతం వాంతులు, విరేచనాలు అదుపులోనే ఉన్నాయని అధికారులు తెలిపారు.

అనాథ పిల్లలతో కలెక్టర్ సమావేశం


అనాథ పిల్లలతో కలిసి భోజనం చేస్తున్న కలెక్టర్ రాజర్షి షా

కైలాస్‌నగర్: పీఎం కేర్ ఫర్ చిల్డ్రన్స్‌లో భాగంగా అనాథ పిల్లలతో ఆదిలాబాద్ కలెక్టర్ రాజర్షిషా శుక్రవారం కలెక్టరేట్ సమావేశ మందిరంలో ప్రత్యేక సమావేశం నిర్వహించారు. జిల్లాలోని వివిధ ప్రాంతాల నుంచి తరలివచ్చిన పిల్లల ఆరోగ్యం, వసతి, చదువు, సంరక్షణతో పాటు వారి సమస్యలను అడిగి తెలుసుకున్నారు. వారి సంరక్షకులతోనూ మాట్లాడారు. సమస్యలను నమోదు చేసుకుని పరిష్కరించాల్సిందిగా అధికారులను ఆదేశించారు. 202 మంది పిల్లలకు ఆరోగ్యశ్రీ, అలాగే 8 మందికి ఆయుష్మాన్ భారత్ కార్డులు పంపిణీ చేశారు. అనంతరం వారితో కలిసి సహపంక్తి భోజనం చేశారు. ప్రతీ మూడు నెలలకోసారి పిల్లలతో సమావేశమవుతామని తెలిపారు. కాగా ఆర్‌బీఎస్‌కే ద్వారా పిల్లలకు రక్తపరీక్షలు నిర్వహించారు. అదనపు కలెక్టర్ శ్యామలాదేవి, ట్రెయినీ కలెక్టర్ సలోని, డీడబ్ల్యూవో మిల్కా, ఆరోగ్యశ్రీ డిస్ట్రిక్ట్ మేనేజర్ సత్యనారాయణ తదితరులు పాల్గొన్నారు.

గడువు ముగిసిన కూల్‌డ్రింక్స్ విక్రయాలు


కాలం చెల్లిన కూల్‌డ్రింక్స్‌ను పరిశీలిస్తున్న బల్దియా అధికారులు

కైలాస్‌నగర్: కాలం చెల్లిన కూల్‌డ్రింక్స్‌ను విక్రయిస్తున్న ఘటన శుక్రవారం బల్దియా అధికారుల ఆకస్మిక తనిఖీల్లో వెలుగు చూసింది. ఆదిలాబాద్ పట్టణంలోని భుక్తాపూర్‌లో గల సాయి నాగరాజు ట్రేడర్స్‌లో బల్దియా శానిటరీ ఇన్‌స్పెక్టర్ బైరీ శంకర్ ఆకస్మికంగా తనిఖీ చేశారు. గడువు మీరిన నాలుగు రకాల కూల్‌డ్రింక్స్‌ను వ్యాపారులకు సరఫరా చేస్తున్నట్లుగా గుర్తించారు. దీనిపై ట్రేడర్స్ యజమాని నగేశ్‌ను ప్రశ్నించగా వాటిని తిరిగి కంపెనీకి వెనక్కి పంపిస్తున్నట్లు పేర్కొన్నారు. సదరు వ్యాపారి సమాధానంపై అసంతృప్తి వ్యక్తం చేస్తూ రూ.5వేల జరిమానా విధించారు. ఇలాంటి పరిస్థితి మళ్లీ పునరావృతం కావొద్దని హెచ్చరించారు. బల్దియా పర్యావరణ ఇంజనీర్ అవి కిరణ్, శేఖర్ ఉన్నారు.

గంజాయి పట్టివేత

మందమర్రిరూరల్: జాతీయ రహదారి టోల్‌ప్లాజా సమీపంలో ముగ్గురు వ్యక్తుల నుంచి 750 గ్రాముల గంజాయి పట్టుకున్నట్లు సీఐ శశిధర్ రెడ్డి తెలిపారు. శుక్రవారం సర్కిల్ ఆఫీస్‌లో వివరాలు వెల్లడించారు. ఆసిఫాబాద్ జిల్లా ఈజ్‌గామ్‌కు చెందిన తరుణ్‌సర్కార్, మంచిర్యాల పట్టణం తిలక్ నగర్‌కు చెందిన షక్‌జీజ్, వనం సాయికృష్ణలకు గంజాయి విక్రయిస్తుండగా దాడి చేసి పట్టుకున్నట్లు తెలిపారు. వారిని అదుపులోకి తీసుకుని పోలీస్‌స్టేషన్‌కు తరలించినట్లు పేర్కొన్నారు.



● కేరెంటింగ్

మాటే... బాట

జీవితంలో ఎదురయ్యే అనేక సంఘటనల గురించి తల్లిదండ్రులు తరచూ పిల్లలతో మాట్లాడుతూ ఉండాలి. మన మాటలతోనే వారి బంగారు భవిష్యత్తుకు బాటలు వేయాలి. ఆ మాటలు ఎలా ఉండాలంటే...

ఒక వ్యక్తి ప్రవర్తన వారు చూసిన, దగ్గరగా మసలిన వ్యక్తులు, వారి చుట్టూ ఉన్న ప్రపంచంపై ఆధారపడి ఉంటుంది. ముఖ్యంగా బాల్యంలో పరిసరాలు, మనుషుల ప్రభావం అధికంగా ఉంటుంది. అందుకే పిల్లలు తరచూ అనేక ఆలోచనలు, సందేహాలతో సతమతమవుతుంటారు. ఇవి ఒకదాన్ని ఒకటి డామినేట్ చేస్తుంటాయి. ఇలాంటి పరిస్థితుల్లో ఉన్న పిల్లలను తల్లిదండ్రులు జాగ్రత్తగా గమనిస్తుండాలి.

అంతర్గత సౌందర్యమే అసలైన అందం

పిల్లలు టీనేజ్ లేదా యుక్తవయసుకు వచ్చినపుడు వారిలో ఆత్మవిశ్వాసం పాళ్లు చాలా తక్కువగా ఉంటాయి. అన్ని విషయాల్లో ఇతరులతో పోల్చుకుని వారి కన్నా తాము తక్కువని ఫీలవుతుంటారు. శరీరం రంగు విషయంలో ఇది మరింత ఎక్కువగా ఉంటుంది. దీన్ని ఆ వయసులో వారికి అర్థమయ్యేలా వివరించడం కొంత కష్టం అయినప్పటికీ అందం తాత్కాలికమని, అసలు అందం అంటే తెలుపు, నలుపు రంగులకు సంబంధించిన విషయం కాదని చెప్పాలి. అలాగే ఎత్తు, బరువు, ఆకృతి అందచందాలకు గుణగుణాలకు కొలమానం కాదని, అంతర్గత సౌందర్యం మాత్రమే అసలైన అందమని వారికి విడమరచి చెప్పాలి. మన ప్రతిభను ప్రపంచానికి చూపేందుకు అనేక మార్గాలున్నాయని వారికి తెలియజెప్పాలి.

మీ కలలకు మేం రంగులద్దుతాం!

కలలు కనడం ఏమీ చెడ్డ విషయం కాదు. అయితే అవి ఆచరణసాధ్యం కానివి...పరిమితికి మించినవి కావడం మాత్రం కష్టంగా అనిపించే విషయం. పిల్లలు తాము ఎలా ఉండాలి? ఎవరిలా ఉండాలి... అనే విషయం గురించి తరచూ ఆలోచిస్తుంటారు. కొందరు పిల్లలు తమ తల్లిదండ్రుల్లా ఉండాలని కోరుకుంటారు. మరికొందరు అంతకంటే మిన్నగా బతకాలని, ఉద్యోగ, వ్యాపార రీత్యా ఇంకా ఉన్నతస్థాయిలో ఉండాలని కోరుకుంటారు. తల్లిదండ్రులు తమ పిల్లలు ఇలాగే ఉండాలని శాసించకూడదు. వారి ఆలోచనలను తెలుసుకుని, కలలను సాకారం చేసుకోవడంలో తోడ్పడాలి. తమను తాము తీర్చిదిద్దుకునేందుకు అవసరమైన సలహాలు మాత్రమే ఇవ్వాలి. ఒకవేళ వారికి ఈ విషయంలో స్పష్టత లేకపోతే నిర్ణయాలు తీసుకోవడంలో సహకరించాలి.

ఎలాంటి స్నేహాన్ని ఎంచుకోవాలంటే..?

మిత్రలాభం, సావాస దోషం ఈ రెండూ స్నేహం వల్ల కలిగే లాభ నష్టాలను సూచించే పదాలు. ఎందుకంటే స్నేహం పిల్లలను అమితంగా ప్రభావితం చేస్తుంది. ఒకేవ్యక్తితో సావాసం చేయడం అన్నివేళలా అంత మంచిది కాదు. పెరుగుతున్న కొద్దీ స్నేహాలు కొంత క్లిష్టంగా మారుతుంటాయి. అందుకే తోటివారినెవరినీ విడదీసి చూసి ఎంపిక చేసుకునే బదులు అందరితో కలివిడిగా ఉండటం నేర్పాలి.. మంచి స్నేహితులు ఎప్పుడూ మిమ్మల్ని తక్కువగా చూడరు. అగౌరవపరచరు. మీ స్నేహాన్ని ఆస్వాదిస్తారు.. విశ్వాసపాత్రులుగా ఉంటారని వారికి వివరించి చెప్పాలి.

పోల్చిచూడవద్దు

కోరికలు, అవసరాలకు అంతనేది ఉండదు. మన దగ్గర ఉన్నదాంట్లో తృప్తి పడటం నేర్చుకోవాలి. అందుకు సదా కృతజ్ఞులమై ఉండాలి. అంతే తప్ప తోటివారితో పోల్చుకుని వారి వద్ద ఉన్నవి, అనుభవిస్తున్నవి మన దగ్గర లేవని బాధపడకూడదని చెబుతుండాలి.

ప్రవర్తనా లోపాలు ఉండరాదు

కొంతమంది పిల్లలు తోటి విద్యార్థులను బెదిరిస్తుంటారు. తల్లిదండ్రులను చిన్నచూపు చూస్తూ అవమానిస్తుంటారు. ఈ ప్రవర్తనను మొగ్గలోనే తుంచి వేయాలి. లేకపోతే మనం అమ్మానాన్నలుగా విఫలం అయినట్లే లెక్క. ఇతరులను బెదిరించడం, ఎగతాళి చేయడం తప్పని, పైగా అది ఇతరులకే కాదు, వారికి కూడా ఎంతో హాని కలిగించే విషయం కూడానని చెప్పాలి. అందుకే ఇంటిని, బడిని పిల్లలకు సురక్షితమైన ప్రదేశాలుగా ఉంచటం అత్యవసరం.

ప్రతి ఒక్కరినీ గౌరవించాలి

దేవుడు మానవుల ఆత్మల్లో కొలువై ఉంటాడని, ఒకరికొకరు సాయం చేసుకోవడం, ఇతరులను గౌరవించడం నిజమైన దైవారాధన అని రవీంద్రనాథ్ ఠాగూర్ తరచూ బోధించేవారు. ఇలాంటి మహనీయుల ఆదర్శ వాక్యాలను పిల్లల మనసులో నాటుకునేలా తల్లిదండ్రులు పదే పదే చెబుతుండాలి.స్థాయీ భేదాలు, లైంగిక తారతమ్యాలు లేకుండా ప్రతి ఒక్కరినీ సమానంగా గౌరవించాలని చెప్పాలి. ఎవరూ తక్కువ కాదని, స్త్రీలు లైంగిక వస్తువులు కాదు... పురుషులంటే వారిని హింసించే వేటగాళ్లు కాదు... ఎవరూ ఎవరికీ సేవకులు లేదా బానిసలు కాదని చెప్పాలి.

సంతోషమే ఏకైక మార్గం

మనస్సును ఎల్లప్పుడూ సంతోషంగా ఉంచుకోవాలి. ఎవరైనా సంతోషంగా ఉండాలంటే మీ ముందున్న ఏకైక మార్గం మీ తోటివారిని సంతోషంగా ఉంచడమేనని తెలియజెప్పాలి.

అభిరుచులూ ముఖ్యమే!

చదువుకు అడ్డం అంటూ పిల్లలను క్రీడలు, లలిత కళలు లేదా ఇతర అభిరుచులకు దూరం చేయకూడదు. ఇవేమీ లేకుండా కేవలం చదువు ఒక్కటే లక్ష్యంగా పెట్టుకోవాలి, మరే అభిరుచులూ ఉండకూడదంటే అది వారిని తీవ్ర నిరుత్సాహానికి గురిచేస్తుందని గుర్తుంచుకోండి

మంచితనమే మిన్న

ఏమి జరుగుతుందో అది జరుగుతుంది. మనం ఏం చేస్తే అదే మనకు తిరిగొస్తుంది. అది మంచయినా... చెడయినా... అందుకే ఎప్పుడూ తోటి వారితో సామరస్యంతో, మంచితనంతో ఉండాలని పిల్లలకు నేర్పించాలి.

లైఫ్@360



● అయ్యంగార్ యోగ

మల్లిక ఫిట్‌నెస్ మంత్ర

48 సంవత్సరాల వయస్సులో కూడా చక్కటి సౌష్టవంతో యువ నటీమణులతో పోటీపడుతున్న బాలీవుడ్ నటి మల్లికా షెరావత్. ఆమె తనను ఫిట్‌గా ఉంచే అయ్యంగార్ యోగా సాధన గురించి ఇటీవల ఇన్‌స్టాలో పోస్ట్ చేసింది.

వేగంగా బరువు తగ్గాలని, తొందరగా ఫిట్‌నెస్ పెంచుకోవాలని ఇంచుమించు అందరూ అనుకుంటారు. అయితే అలాంటి క్విక్-ఫిక్స్ డైట్‌లు, ట్రెండింగ్ వర్కౌట్‌లు, సోషల్ మీడియా ట్రిక్స్ మూలంగా వచ్చిన ఫిట్‌నెస్ అంతే తొందరగా కరిగిపోతుందని తెలుసుకోలేక చాలామంది స్థిరమైన ఫిట్‌నెస్ మార్గాన్ని గాలికి వదిలేస్తుంటారు.

నా ఫిట్‌నెస్ ఫిలాసఫీ

''నా ఆరోగ్యానికి, ఫిట్‌నెస్‌కు యోగా చేయడమే కారణం. అంతేగానీ ఫ్యాషన్ డైట్‌లు లేదా క్రాష్ ప్రోగ్రామ్‌లు కాదు' అని మల్లిక ఇన్‌స్టా సాక్షిగా తేల్చి చెప్పింది. ఆరోగ్యంగా ఉండాలన్న తపన.. క్రమశిక్షణ, స్థిరత్వం తన అతి పెద్ద సాధనాలని నొక్కి చెప్పింది. ట్రెండీ ఫిట్‌నెస్ హ్యాక్‌లను ఆమోదించే చాలా మంది సెలబ్రిటీల మాదిరిగా కాకుండా, మల్లికా దీర్ఘకాలిక అలవాట్లను పెంపొందించుకోవడం వైపే మొగ్గు చూపుతుంది. అందుకే అయ్యంగార్ యోగాను తన దిన చర్యలో భాగంగా మార్చుకుంది.

ఫిట్‌నెస్‌ను తాను తాత్కాలికంగా తీసుకోలేదని, దానిని తన జీవనశైలిలో భాగంగా చేసుకున్నానని చెబుతూనే, అయ్యంగార్ యోగా వల్ల తన శరీరాన్ని షేప్ కోల్పోకుండా ఉంచుకోవడమే కాకుండా, తన బిజీ జీవితంలో సమతుల్యతను కాపాడుకోవడానికి, ముఖ్య విషయాల మీద దృష్టి పెట్టడానికి సహాయపడిందని ఆమె ఈ సందర్భంగా గుర్తు చేసుకుంది.

ఏమిటీ అయ్యంగార్ యోగా?

అయ్యంగార్ యోగకూ పతంజలి ఋషి యోగ సూత్రాలకూ అవినాభావ సంబంధం ఉంది. అష్టాంగ యోగా ఎనిమిది అంశాలను ఆచరణాత్మక వ్యవస్థలో మిళితం చేస్తుంది. అధికారిక అయ్యంగార్ యోగా వెబ్‌సైట్ ప్రకారం, దాని క్రమం, ఆధారాల ఉపయోగం, భద్రతపై ప్రాధాన్యత దీనిని ప్రపంచవ్యాప్తంగా అత్యంత విస్తృతంగా అభ్యసించే యోగా రూపాలలో ఒకటిగా మార్చాయి.

అయ్యంగార్ యోగాలో కీలకమైన అంశం ఏమిటంటే పట్టీలు, బోల్‌స్టర్లు, బ్లాక్స్, తాళ్లు వంటి ఆధారాలను ఉపయోగించడం. ఈ సాధనాలు ప్రారంభకులకు అధునాతన అభ్యాసకులకు సరైన భంగిమను సాధించడంలో సహాయపడతాయి. అదే సమయంలో గాయం ప్రమాదాలను తగ్గిస్తాయి. ఇది అభ్యాసాన్ని అత్యంత సమగ్రంగా చేస్తుంది. అన్ని వయసుల వారికి, ఫిట్‌నెస్ స్థాయిలకు అనుకూలంగా ఉంటుంది.

మెదడుకు చురుకైన ఆహారం



రోజువారీ ఆహారంలో కూరగాయలు, లీన్ ప్రోటీన్లు, మంచి కొవ్వు, మరిన్ని... దశాబ్దాలుగా, మెడిటేరియన్ డైట్ తీసుకోవడం వల్ల మెదడు వృద్ధాప్యాన్ని వాయిదా వేయవచ్చని నిపుణులు చెబుతున్నారు.

గ్రీన్ టీ: ఇది మీ న్యూరాన్లకు శక్తినిస్తుంది: గ్రీన్ టీలో కాటెచిన్లు పుష్కలంగా ఉన్నాయి, ఇవి వాపులను, ఆక్సీకరణ ఒత్తిడిని తగ్గించడానికి కావలసిన శక్తివంతమైన యాంటీ ఆక్సిడెంట్లు, ఇవి న్యూరోడీజనరేషన్‌కు కీలకంగా పనిచేస్తాయి.

మెదడు పనితీరును పెంచే మొక్క మన్కై

దీనిని 'డక్ వీడ్' అని కూడా పిలుస్తారు, మన్కై అనేది పాలీఫెనాల్స్, బీ12, మొక్కల ఆధారిత ప్రోటీన్లతో నిండిన ఒక చిన్న వాటర్ ప్లాంట్. ఇది మెదడు వృద్ధాప్యంతో ముడిపడి ఉన్న కీలక ప్రోటీన్‌లను నియంత్రించడంలో సహాయ పడుతుంది.

చెడును తొలగిస్తుంది, మంచిని జోడిస్తుంది

గ్రీన్-మెడ్ ప్రణాళిక ఆరోగ్యకరమైన పదార్థాలపై మాత్రమే కాదు, ఇది రెడ్ మీట్, శుద్ధి చేసిన కార్బోహైడ్రేట్‌లను కూడా తగ్గిస్తుంది, రెండూ వృద్ధాప్యంతో ముడిపడి ఉన్నాయి.

మెడిటరేనియన్ డైట్ అంటే...

పుష్కలంగా పండ్లు, కూరగాయలు, బ్రెడ్ ఇతర ధాన్యాలు, బంగాళదుంపలు, బీన్స్, గింజలు, ఆలివ్ నూనెనే ఎక్కువగా వాడతారు. పాల ఉత్పత్తులు, గుడ్లు, చేపలు వంటివి మెడిటరేనియన్ డైట్ లో మితంగా తీసుకుంటారు. ఈ ఆహారంలో రెడ్ మీట్ కంటే చేపలు, పౌల్ట్రీ ఉత్పత్తులు ఎక్కువగా ఉంటాయి. మొక్కల ఆధారిత ఆహారాలనే ఎక్కువగా తింటారు.



వ్యాపించకుండానే వాష్ చేసేద్దాం

అంటువ్యాధులతోపాటు రకరకాల సీజనల్ వ్యాధుల వ్యాప్తిని, ఇన్ఫెక్షన్లను నివారించడానికి అతి తేలికైన, అత్యంత ప్రభావవంతమైన మార్గాలలో ఒకటి 'హ్యాండ్‌వాష్'. అవును, నిజమే. చేతుల పరిశుభ్రత వల్ల జీర్ణకోశ వ్యాధులు. శ్వాసకోశ ఇన్ఫెక్షన్లు గణనీయంగా తగ్గుతాయని శాస్త్రీయ అధ్యయనాలు చూపిస్తున్నాయి. సబ్బుతో చేతులు కడుక్కోవడం, ముఖ్యంగా టాయిలెట్ ఉపయోగించిన తర్వాత, తినడానికి ముందు, చర్మంపై ఉన్న చాలా సూక్ష్మజీవులను సమర్థంగా తొలగించగలదు. ముఖ్యంగా వర్షాకాలంలో, వర్షంలో తడిసినప్పుడు చేతులు శుభ్రంగా కడుక్కోవడం వల్ల వ్యాధుల వ్యాప్తి గణనీయంగా తగ్గుతున్నట్లు అధ్యయనంలో రుజువైంది.

సాక్షి సినిమా



● ఆయుష్మాన్, రష్మిక

మా ప్రపంచం వేరు

ఆయుష్మాన్ ఖురానా, రష్మికా మందన్నా ప్రధాన పాత్రల్లో నటించిన హారర్ మిస్టరీ రొమాంటిక్ కామెడీ చిత్రం 'థామా'. మడాక్ హారర్ కామెడీ యూనివర్స్‌లో భాగంగా రూపొందిన ఈ చిత్రానికి 'ముంజ్యా' ఫేమ్ ఆదిత్య సర్పోత్దార్ దర్శకత్వం వహించారు. దినేష్ విజన్, అమర్ కౌశిక్ నిర్మించారు. ఈ చిత్రంలో అలోక్ పాత్రలో ఆయుష్మాన్ ఖురానా, తడ్కా పాత్రలో రష్మికా మందన్నా నటించారు. ఈ సినిమా ట్రైలర్ లాంచ్ ఈవెంట్ శుక్రవారం ముంబైలో జరిగింది. శ్రద్ధా కపూర్ ముఖ్య అతిథిగా హాజరై ట్రైలర్‌ని లాంచ్ చేశారు. ''ఏ... నాటకాలు ఆపు... నీకేం కాలేదు, నా కొడుకు సైతాన్... సైతాన్, నేను నీతో ఉండలేను... మా ప్రపంచం వేరు'' అని అర్థం వచ్చే డైలాగ్స్ ఈ హిందీ ట్రైలర్‌లో ఉన్నాయి. దీపావళి పండగ సందర్భంగా 'థామా' సినిమాను అక్టోబరు 21న రిలీజ్ చేయనున్నట్లుగా అధికారికంగా వెల్లడించారు.

వినోదాల విందు



● నవీన్ పొలిశెట్టి, మీనాక్షి చౌదరి

నవీన్ పొలిశెట్టి, మీనాక్షి చౌదరి హీరో హీరోయిన్లుగా నటిస్తున్న ఫ్యామిలీ ఎంటర్‌టైనర్ సినిమా 'అనగనగా ఒక రాజు'. మారి దర్శకత్వంలో శ్రీకర స్టూడియోస్ సమర్పణలో సూర్యదేవర నాగవంశీ, సాయి సౌజన్య ఈ సినిమాను నిర్మిస్తున్నారు. ఈ సినిమా వచ్చే సంక్రాంతి సందర్భంగా జనవరి 14న విడుదల కానుంది. శుక్రవారం ఈ సినిమా కొత్త ప్రోమో వీడియోను టీజర్‌లా రిలీజ్ చేశారు మేకర్స్. ఓ ఆభరణాల ప్రకటనకు స్పూఫ్‌గా ఈ ప్రోమోను చేశారు. ''తనదైన కామెడీ టైమింగ్‌తో 'అనగనగా ఒక రాజు' సినిమాలో ప్రేక్షకులను అలరించనున్నారు నవీన్ పొలిశెట్టి. ఈ సంక్రాంతికి ప్రేక్షకులకు వినోదాల విందుని హామీ ఇస్తున్నాం'' అని చిత్రయూనిట్ పేర్కొంది.

చార్మినార్‌లో సందడి



● లక్ష్య, అనన్యా పాండే

స్టార్ట్ కెమెరా... టేక్ అన్నారు డైరెక్టర్ వివేక్ సోని. అంతే... హీరో లక్ష్య బైక్ స్టార్ట్ చేశారు... వెనకాల హీరోయిన్ అనన్యా పాండే కూర్చున్నారు. రయ్‌మంటూ బైక్ ముందుకు సాగింది. సీన్ పూర్తయింది. షాట్ ఓకే అన్నారు వివేక్. ఈ షూటింగ్ జరిగింది ఎక్కడంటే హైదరాబాద్‌లోని చార్మినార్ దగ్గర. ఎరుపు రంగు సంప్రదాయ దుస్తుల్లో లక్ష్య, అనన్య కలర్‌ఫుల్‌గా కనిపించారు. అక్కడి జనాలు వీరిని గుర్తు పట్టి, చుట్టుముట్టారు. సెల్‌ఫోన్లలో ఫొటోలు, వీడియోలు తీశారు. లక్ష్య, అనన్యా పాండే జంటగా నటిస్తున్న కాలేజ్ రొమాంటిక్ మూవీ 'చాంద్ మేరా దిల్' కోసమే ఈ సన్నివేశాన్ని చిత్రీకరించారు. ఈ చిత్రంలో ఈ ఇద్దరూ ఇంజినీరింగ్ స్టూడెంట్స్ పాత్రల్లో కనిపిస్తారు. ఈ చిత్రం షూటింగ్‌ని వారం రోజుల పాటు హైదరాబాద్‌లో ప్లాన్ చేశారు. చార్మినార్ తర్వాత మరో పాపులర్ ప్లేస్‌లో కీలక సన్నివేశాలు చిత్రీకరిస్తారట. ఈ చిత్రం ఈ ఏడాదే రిలీజ్ కానుంది.



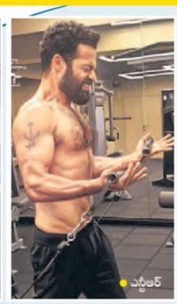
● చార్మినార్ దగ్గర...



● ప్రభాస్



● మహేశ్‌బాబు



● ఎన్టీఆర్



● రామ్‌చరణ్



● నాని

మిషన్ మేకోవర్

కథ డిమాండ్ మేరకు సినిమా సినిమాకు కొత్త లుక్స్‌లోకి మారిపోతుంటారు హీరోలు. కథల్లోని హీరో క్యారెక్టరైజేషన్‌కు తగ్గట్లుగా గెటప్ మార్చేస్తుంటారు. ఇలా తమ కొత్త సినిమాల కోసం కొందరు హీరోలు ఒక 'మిషన్' మీద ఉన్నారు. ఆ మిషన్ ఏంటంటే 'మేకోవర్'. ఈ 'మిషన్ మేకోవర్' విశేషాలు తెలుసుకుందాం.

రాముడి పాత్రలో..?

సిల్వర్ స్క్రీన్‌పై లాంగ్ హెయిర్, గడ్డంతో మహేశ్‌బాబు కనిపించి చాలా సంవత్సరాలైంది. ఇప్పుడు రాజమౌళి దర్శకత్వంలో చేస్తున్న 'ఎస్ఎస్ఎమ్‌బీ29' (వర్కింగ్ టైటిల్) సినిమా కోసం మహేశ్ బాబు పూర్తిగా మేకోవర్ అయ్యారు. హెయిర్, గడ్డం పెంచారు. అలాగే వర్కౌట్స్‌తో ఫిజికల్‌గా కూడా దృఢంగా తయారయ్యారు. కాగా ఈ కథకు మైథలాజికల్ టచ్ కూడా ఉందని, ఈ చిత్రంలో రాముడి పాత్రలో మహేశ్‌బాబు కనిపిస్తారనే టాక్ కూడా ప్రచారంలోకి వచ్చింది. ఈ వార్త నిజం అయితే 'ఎస్ఎస్ఎమ్‌బీ29'లో మహేశ్ బాబును ప్రేక్షకులు పలు రకాల లుక్స్‌లో చూసే అవకాశం ఉంది. ఈ సినిమా షూటింగ్ శరవేగంగా జరుగుతోంది. ఈ ఏడాది నవంబరులో ఈ సినిమా అప్‌డేట్‌ను ఇస్తామని రాజమౌళి చెప్పారు. నవంబరులో ఈ సినిమా టైటిల్, ఫస్ట్ లుక్‌ను రిలీజ్ చేస్తారని భోగట్టా. దాదాపు రూ. 1000 కోట్ల బడ్జెట్‌తో రూపొందుతున్న ఈ సినిమా 2027 మార్చిలో విడుదల కానుందనే ప్రచారం సాగుతోంది.

పోలీస్ ట్రైనింగ్

ప్రభాస్ ప్రస్తుతం 'ది రాజాసాబ్, ఫౌజి' (ప్రచారంలో ఉన్న టైటిల్) చిత్రాలతో బిజీగా ఉన్నారు. ఈ సినిమా తర్వాత సందీప్ రెడ్డి వంగా దర్శకత్వంలోని 'స్పిరిట్' సినిమా షూటింగ్‌లో పాల్గొంటారు ప్రభాస్. ఈ చిత్రంలో ప్రభాస్ పోలీసాఫీసర్ పాత్రలో నటించనున్నారు. ఈ హీరో పోలీస్‌గా కనిపించనున్న తొలి చిత్రం ఇదే. దీంతో 'ది రాజాసాబ్, ఫౌజి' చిత్రాల షూటింగ్ పూర్తికాగానే, 'స్పిరిట్'లో పవర్‌ఫుల్ పోలీస్ లుక్ కోసం ప్రభాస్ మేకోవర్ కావాల్సి ఉంది. ఇందుకోసం ఆయన ఇంటెన్స్ ట్రైనింగ్ తీసుకోనున్నారట. ఈ చిత్రంలో 'యానిమల్' ఫేమ్ త్రిప్తి డిమ్రి హీరోయిన్‌గా నటించనున్నారు. ఇండియాలోని ప్రముఖ లొకేషన్స్‌తో పాటు మెక్సికో, యూకే వంటి విదేశీ లొకేషన్స్‌లోనూ 'స్పిరిట్' చిత్రీకరణ జరగనుంది. టీ సిరీస్ ఫిలింస్, భద్రకాళి ప్రొడక్షన్స్ పతాకాలపై భూషణ్ కుమార్, ప్రణయ్ రెడ్డి వంగా ఈ చిత్రాన్ని నిర్మించనున్నారు.

బరువు తగ్గాలని...

ఎన్టీఆర్ హెవీ వర్కౌట్స్ చేస్తున్న ఓ వీడియో ఇటీవల వైరల్ అయిన సంగతి తెలిసిందే. ఈ హీరో ఈ రేంజ్‌లో కష్టపడుతున్నది 'డ్రాగన్' (ప్రచారంలో ఉన్న టైటిల్) సినిమా కోసమే. ఎన్టీఆర్ హీరోగా ప్రశాంత్ నీల్ డైరెక్షన్‌లో 'డ్రాగన్' సినిమా తెరకెక్కుతోంది. ఈ పీరియాడికల్ యాక్షన్ డ్రామాలో ఎన్టీఆర్ క్యారెక్టరైజేషన్‌లో డిఫరెంట్ షేడ్స్ ఉంటాయని తెలిసింది. ఆల్రెడీ సినిమా షూటింగ్ కొంత భాగం పూర్తయింది. అయితే కథ రీత్యా ఈ సినిమాలో ఎన్టీఆర్ ఓ డిఫరెంట్ లుక్‌లో కనిపిస్తారట. ఈ లుక్ కోసమే ఎన్టీఆర్ మేకోవర్ అవుతున్నారని తెలిసింది. ఈ లుక్ కోసం బరువు తగ్గే మిషన్ మీద ఉన్నారు. ఇక ఇటీవల ఓ యాడ్ షూటింగ్‌లో భాగంగా ఎన్టీఆర్ స్వల్పంగా గాయపడ్డారు. వైద్యులు ఆయనకు రెండు వారాల పాటు విశ్రాంతి సూచించారు. దీంతో ప్రస్తుతం ఎన్టీఆర్ రెస్ట్ మోడ్‌లో ఉన్నారు. కోలుకున్న తర్వాత తిరిగి ఆయన 'డ్రాగన్' సినిమా షూటింగ్‌లో జాయిన్ అవుతారు. ఈ చిత్రం తదుపరి షెడ్యూల్ విదేశాల్లో ప్రారంభం కానుందని తెలిసింది. రుక్మిణీ వసంత్ హీరోయిన్‌గా నటిస్తున్న ఈ చిత్రంలో మలయాళ నటుడు టొవినో థామస్ విలన్ రోల్ చేస్తున్నారనే ప్రచారం సాగుతోంది. కల్యాణ్ రామ్, కె. హరికృష్ణ, నవీన్ ఎర్నేని, వై. రవిశంకర్ నిర్మిస్తున్న 'డ్రాగన్' సినిమా వచ్చే ఏడాది జూన్ 25న విడుదల కానుంది.

ద్విపాత్రాభినయం?

'పెద్ది' సినిమా కోసం బరువు పెరిగారు రామ్‌చరణ్. సరైన వర్కౌట్స్, డైట్‌తో పూర్తిగా కొత్తగా మేకోవర్ అయ్యారు. రామ్‌చరణ్ హీరోగా నటిస్తున్న పీరియాడికల్ మల్టీస్పోర్ట్స్ డ్రామా 'పెద్ది'. ఈ సినిమాలో రామ్‌చరణ్ రెండు డిఫరెంట్ లుక్స్‌లో కనిపించనున్నారని తెలిసింది. ఆల్రెడీ ఈ సినిమా నుంచి రామ్‌చరణ్ ఫస్ట్ లుక్ విడుదలైంది. కానీ ఈ లుక్ కాకుండా మరో లుక్‌లో కూడా రామ్‌చరణ్ కనిపిస్తారు. ఈ రెండో లుక్ కోసమే ఈ హీరో బరువు పెరిగారని తెలిసింది. ఇలా 'పెద్ది'లో రెండు లుక్స్‌లో కనిపించనున్నారనే టాక్ తెరపైకి రావడంతో ఈ చిత్రంలో రామ్‌చరణ్ ద్విపాత్రాభినయం చేస్తున్నారనే ప్రచారం కూడా సాగుతోంది. అలాగే ఈ చిత్రంలో రామ్‌చరణ్ క్యారెక్టరైజేషన్‌లో డిఫరెంట్ వేరియేషన్స్ ఉంటాయని, ఇందులో భాగంగానే డిఫరెంట్ లుక్స్‌లో కనిపిస్తారనే ఊహాగానాలూ ఉన్నాయి. త్వరలో ఈ విషయాలపై ఓ క్లారిటీ వస్తుంది. బుచ్చిబాబు సానా దర్శకత్వంలో సుకుమార్ రైటింగ్స్, మైత్రీ మూవీ మేకర్స్ పతాకాలపై వెంకట సతీష్ కిలారు నిర్మిస్తున్న ఈ చిత్రం 2026 మార్చి 27న ప్రపంచవ్యాప్తంగా విడుదల కానుంది. జాన్వీ కపూర్ హీరోయిన్‌గా నటిస్తున్న ఈ చిత్రంలో జగపతిబాబు, శివరాజ్‌కుమార్, దివ్యేందు శర్మ ఇతర ప్రధాన పాత్రల్లో నటిస్తున్నారు. ఈ సినిమాకు ఏఆర్. రెహమాన్ సంగీతం అందిస్తున్నారు.

డిఫరెంట్ జడల్

'ది ప్యారడైజ్' ప్రపంచం కోసం పూర్తిగా మారిపోయారు హీరో నాని. 'దసరా' వంటి బ్లాక్‌బస్టర్ మూవీ తర్వాత హీరో నాని, దర్శకుడు శ్రీకాంత్ ఓదెల కాంబినేషన్‌లో రూపొందుతున్న చిత్రం 'ది ప్యారడైజ్'. ఈ సినిమాలో జడల్ అనే డిఫరెంట్ క్యారెక్టర్‌లో నటిస్తున్నారు నాని. ఈ జడల్ పాత్ర కోసం నాని ప్రత్యేకంగా మేకోవర్ అయ్యారు. ఇంటెన్స్ అండ్ హెవీ వర్కౌట్స్‌తో బరువు పెరిగారు. ఇక ఈ పీరియాడికల్ యాక్షన్ డ్రామాలో మోహన్‌బాబు, 'కిల్' ఫేమ్ రాఘవ్ జూయల్ నెగటివ్ రోల్స్ చేస్తున్నారు. సుధాకర్ చెరుకూరి నిర్మిస్తున్న ఈ సినిమా 2026 మార్చి 26న విడుదల కానుంది.

ఇలా తమ కొత్త సినిమాల కోసం లుక్స్, గెటప్స్ మార్చుకున్న, మార్చుకుంటున్న హీరోలు మరికొంతమంది ఉన్నారు.

– ముసిమి శివాంజనేయులు